

膝盖疼得不能走 微创治疗成为新选择

专家提醒:天凉好个秋,治疗颈肩腰腿痛正当时



上下楼梯吃力、走路要扶墙、腿打晃发软、下蹲时膝盖有响声……进入秋季,人群中,关节疼痛,特别是膝关节疼痛的现象迅速增多。

俗话说,人老腿先老,腿老膝先老,由于膝盖承受着人体的重量,日积月累,必然会产生磨损,从而导致疼痛。为了保证晚年生活质量,老年朋友一定要高度重视膝关节的保护,如果长期反复疼痛,更应该引起警惕,须立即去医院检查诊断,防止拖到最后置换人工关节,带来更大痛苦。

长期以来,许多老年人关节疼时不会去医院检查治疗,而是自己去药店买点止疼药吃。而这样往往会掩盖疼痛,延误治疗,最后出现反复疼痛、疼痛加重的现象,止疼药也无济于事,最终造成不可挽回的后果。

通讯员 张军 现代快报/ZAKER南京记者 任红娟

常见骨病自我检查小窍门

日常生活中,通过细心观察自己是否出现了以下症状,可以及早发现骨骼病变的存在。

颈部症状

- 颈部疼痛、酸胀、发僵;
- 颈部肌肉发板、僵硬,转动不够灵活;
- 活动时颈部有“嘎嘎”响声,活动受限;
- 用手按压颈部有疼痛点;
- 转动颈部容易出现头晕现象;
- 劳累、久坐和姿势不当时疼痛加重。

肩部症状

- 肩部发沉,酸胀,肌肉僵硬;
- 疼痛时时有时无,通常几年后疼痛加重;
- 休息时疼痛或有或无,活动后疼痛加重;
- 夜间痛,影响睡眠。

腰背部症状

- 背部肌肉发紧、发僵,活动后好转;
- 背部有疼痛点,按压明显;
- 劳累或受寒背部不适症状加重;
- 腰部酸胀疼痛、僵硬、易疲劳;
- 弯腰受限,小腿麻木胀痛、怕冷、无力;
- 腰痛,沿脊柱向两侧扩散;
- 腰痛,夜间和清晨醒来时加重,弯腰、咳嗽、大用力时加重。

膝关节症状

- 膝关节疼痛,上下楼时比较明显;
- 膝关节僵硬,久坐后起身时比较明显;
- 膝关节下蹲时有响声;
- 膝关节会左右打晃或者发软;
- 膝关节发红、发热、肿胀、一碰就痛。

关节症状

- 清晨醒后关节部位出现发僵和发紧感,一般休息后缓解;
- 有时感觉手脚关节僵硬,长时间保持一定姿势后关节僵直;
- 身体某个关节,运转不自如,活动不灵活;
- 天气变化前或变化过程中关节不适;
- 突然感到剧痛,尤其是跑步、上下楼梯等;
- 活动时发出咔嚓声或其他的摩擦音;
- 抽筋现象。

专家提醒,发现以上症状说明有可能患有骨骼疾病,请速至医院检查确诊。

摘自《中国骨科杂志》



老年人关节疼时一定要去医院检查治疗,不能随意买止疼药吃

制图 俞晓翔

门诊故事

膝盖疼得不能走 无奈才去医院

64岁的冯阿姨右膝关节痛已经有六年。六年来,她尝试过吃药、挂水、热敷中药等方法,但每次都是短暂缓解。冯阿姨认为这是人老了的自然现象,她周围也有很多这样的街坊邻居,因此没有当回事。

不料,从去年开始,冯阿姨的病情就开始不断加重,膝盖从最初的偶尔疼痛,发展到持续性疼痛,每天只有吃了止疼药,才能好好睡个觉。近一年来,她的右腿因为疼痛已经几乎不能行走,严重影响了她的正常生活。

“每次扶着墙才能站起来,走十几米,再歇几分钟才能继续行走。”发现问题严重的她,终于意识到因为自己的大意,吃止疼药,拖着不治疗带来的后果。在家人的帮助下,这才来到南京医科大学邦德骨科医院检查。

特别提醒

逃避检查不可取 切勿因小失大

中国脊柱医学组委会副秘书长、副主任医师安云琪接诊了她。经过检查,冯阿姨所患的是老年人常见的膝关节骨性关节炎,她的右膝关节退变、关节内有大量积液,且关节内外侧半月板都有损伤,病情比较严重。

安云琪表示:“膝关节炎是老年人的常见病,但也经常被忽视,延误治疗,将小病拖成大病的患者非常多。从临床表现来看,膝关节骨性关节炎不仅有关节疼痛、关节肿胀、打软腿等症状,严重的甚至会造成关节畸形、影响行走,需要引起足够重视。”

安云琪特别提醒广大患者,疼痛是病情发展的表现,一定有其病因,长期盲目吃止疼药,只能掩盖症状,如果任由病情进一步发展到晚期,最后只能更换人工关节。

不妨一试

只要不是太严重 还有微创的机会

由于冯阿姨非常害怕手术,且病情尚处于中期,因此安云琪建议她实施了一种被称为“把医生的眼和手放进关节里”的微创疗法——关节镜微创术。经过治疗,冯阿姨的半月板损伤修复完好,膝盖疼痛、肿胀的症状也很快消失了,解除了她多年的痛苦。冯阿姨说:“如果当初早点检查,早点确诊,早点治疗,就不会多受几年的罪。”

据了解,关节镜技术在我国发展已经非常成熟,与传统手术相比,它只需要几毫米的小切口就能完成,而且无痛、无疤痕、不影响美观、不破坏关节结构和功能,安全可靠且费用较低,因此特别适合中老年人。

南京医科大学 合作 南京邦德骨科医院
NANJING MEDICAL UNIVERSITY NANJING BOND ORTHOPAEDIC HOSPITAL

南京市医保定点医院
南京市 120 急救中心分站
南京市工伤、商业保险定点医院
省慈善总会骨科公益基金定点单位

金秋十月 骨健未来

南京医科大学邦德骨科医院骨病会诊月 名医亲诊

1000-5000 元/人

省慈善总会骨科公益基金定向援助

活动时间:

2016年10月1-31日

咨询 预约热线:

025-5222 8222

骨骼系统就像建筑的钢筋一样,牢牢支撑起人体这座大厦,在人的一生中起着至关重要的作用。一旦骨骼出了问题,人体就会缠上颈、肩、腰、腿痛、骨折等问题,甚至是残疾。

江苏地处长江三角洲、降雨丰富、空气湿度大,是各类骨科疾病的高发地区。颈椎病、腰椎间盘突出

症、关节炎等病的发病率在全国居于前列。为了改善全省骨病患者的生存质量,江苏省慈善总会骨科公益基金定点医院——南京医科大学邦德骨科医院,特邀请省内知名骨科专家,开展常见骨病大型会诊活动。同时,对于家庭困难骨病患者,省慈善总会骨科公益基金将提供1000-5000元的骨病治疗救助费用。

会诊病种:

颈椎病、骨关节炎、腰椎间盘突出症、股骨头坏死、强直性脊柱炎、骨质增生、骨质疏松、肩周炎、风湿类风湿等。

会诊专家:

中国医科大学教授、硕士、主任医师刘春志;第二军医大学教授、研究生导师、副主任医师徐学锋;中国人民解放军第九七医院疼痛康复科主任、教授、主任医师宋一平;江苏省名老中医、教授、博士生导师、主任医师李玉堂;我国微创治疗颈腰椎病专家,主任医师韩江;原江苏省武警总医院骨科主任,主任医师钱金用;中国中西医结合学会会员,主任医师朱兆连;中华脊柱医学组委会副秘书长,副主任医师安云琪;我国风湿免疫专家胡晓华、薛现明等。



扫一扫 关注骨骼健康

地址:南京市龙蟠中路97号(小营站) www.bond120.com(无假日医院)